

Пижманская школа (Интернат 2021-2022)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
40	Хлеб с сыром 30/10 <i>Хлеб пшеничный, Сыр пастообразный остывший</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6
200	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным <i>Крупа пшено пшеничное, Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в шпо.упак, Сахар-песок, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обезжиренное</i>	кКал-246, Бел-7, Жир-9, Угл-34, А-62, Са-125, Mg-43, Fe-1	19-39
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97
Итого за Завтрак		кКал-475, Бел-15, Жир-13, Угл-77, А-81, Е-1, Са-278, Mg-72, Fe-3	33-96
<u>Обед</u>			
60	Салат из белокачанной капусты с морковью и растительным маслом <i>Капуста белокачанная, Морковь, Масло подсолнечное ДП, Сахар-песок, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-65, Бел-1, Жир-4, Угл-6, С-23, Е-2, Са-29, Mg-12	15-63
200	Суп-пюре из картофеля <i>Картофель, Морковь, Мука пшеничная в с обезжиренной, Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в шпо.упак, Масло сливочное обезжиренное, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное-бронированное I категории туника</i>	кКал-140, Бел-5, Жир-6, Угл-16, А-34, С-15, Са-57, Mg-27, Fe-1	23-48
70	Биточки (котлеты) из мяса кур <i>Грудинка охлажденная I категории замороженное, Хлеб пшеничный, Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в шпо.упак, Мука пшеничная в с обезжиренная, Масло подсолнечное ДП, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-211, Бел-14, Жир-12, Угл-12, Са-34, Fe-1	35-33
150	Изделия макаронные группы А отварные <i>Макаронные гр.А, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обезжиренное</i>	кКал-252, Бел-7, Жир-6, Угл-43, А-35, Е-9, Са-17, Mg-10, Fe-1	9-7
30	Соус красный основной <i>Масло сливочное обезжиренное, Мука пшеничная в с обезжиренная, Томат-паста, Морковь, Лук репчатый, Сахар-песок, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-34
200	Компот из плодов свежих витаминизированный <i>Яблоки, Сахар-песок, Кислота лимонная</i>	кКал-127, Угл-31, С-5, Са-16, Mg-6, Fe-1	9-01
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28
Итого за Обед		кКал-1028, Бел-33, Жир-30, Угл-155, А-75, С-44, Е-12, Са-178, Mg-89, Fe-6	99-95
<u>Полдник</u>			
50	Печенье (готовый продукт промышленного производства)	кКал-225, Бел-10, Жир-6, Угл-33, С-28, Са-8, Fe-1	18-15
Итого за Полдник		кКал-225, Бел-10, Жир-6, Угл-33, С-28, Са-8, Fe-1	18-15
<u>Ужин</u>			
250	Жаркое по- домашнему <i>Свинина, Картофель, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Томат-паста, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-434, Бел-20, Жир-22, Угл-40, С-50, Е-4, Са-46, Mg-76, Fe-5	75-85
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97
30	Хлеб пшеничный	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	2-61
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28
Итого за Ужин		кКал-744, Бел-28, Жир-23, Угл-109, А-1, С-50, Е-5, Са-86, Mg-119, Fe-9	83-71
<u>Полдник2</u>			
200	Йогурт славянский жирн. 2,5%	кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	32-34
Итого за Полдник2		кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	32-34
Итого за		кКал-2656, Бел-92, Жир-77, Угл-403, А-157, С-122, Е-18, Са-550, Mg-280, Fe-19	268-11

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Мотовилова А.П.

Директор

О.А.Мотовилова

Пижманская школа (Школа 2021-2022)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
40	Хлеб с сыром 30/10 <i>Хлеб пшеничный, Сыр п-твердой остекст</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6
200	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным <i>Крупа пшено шлифованное, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в 100 раз, Сахар-песок, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-246, Бел-7, Жир-9, Угл-34, А-62, Са-125, Mg-43, Fe-1	19-39
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97
Итого за Завтрак		кКал-475, Бел-15, Жир-13, Угл-77, А-81, Е-1, Са-278, Mg-72, Fe-3	33-96
<u>Обед</u>			
60	Салат из белокачанной капусты с морковью и растительным маслом <i>Капуста белокачанная, Морковь, Масло подсолнечное ДП, Сахар-песок, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Лук зеленый, Капуста пекинская, Огурец</i>	кКал-65, Бел-1, Жир-4, Угл-6, С-23, Е-2, Са-29, Mg-12	15-63
200	Суп-пюре из картофеля <i>Картофель, Морковь, Мука пшеничная в с обогащенной, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в 100 раз, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло цып-пан-бройлеров 1 категории тушка</i>	кКал-140, Бел-5, Жир-6, Угл-16, А-34, С-15, Са-57, Mg-27, Fe-1	23-48
70	Биточки (котлеты) из мяса кур <i>Грубка цып-пан-бройлеров 1 категории замороженное, Хлеб пшеничный, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в 100 раз, Мука пшеничная в с обогащенная, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-211, Бел-14, Жир-12, Угл-12, Са-34, Fe-1	35-33
150	Изделия макаронные группы А отварные <i>Макаронные гр. А, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-252, Бел-7, Жир-6, Угл-43, А-35, Е-9, Са-17, Mg-10, Fe-1	9-7
30	Соус красный основной <i>Масло сливочное обогащенное, Мука пшеничная в с обогащенная, Томат-паста, Морковь, Лук репчатый, Сахар-песок, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-34
200	Компот из плодов свежих витаминизированный <i>Яблоки, Сахар-песок, Кислота лимонная</i>	кКал-127, Угл-31, С-5, Са-16, Mg-6, Fe-1	9-01
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-8, Жир-4, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28
Итого за Обед		кКал-1028, Бел-33, Жир-30, Угл-155, А-75, С-44, Е-12, Са-178, Mg-89, Fe-6	99-95
Итого за		кКал-1503, Бел-48, Жир-43, Угл-232, А-156, С-44, Е-13, Са-456, Mg-161, Fe-9	133-91

Пижманская школа (Школа 7-11лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
40	Хлеб с сыром 30/10 <i>Хлеб пшеничный, Сыр п-твердой остекст</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6
200	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным <i>Крупа пшено шлифованное, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в 100 раз, Сахар-песок, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-246, Бел-7, Жир-9, Угл-34, А-62, Са-125, Mg-43, Fe-1	19-39
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97
Итого за Завтрак		кКал-475, Бел-15, Жир-13, Угл-77, А-81, Е-1, Са-278, Mg-72, Fe-3	33-96
Итого за		кКал-475, Бел-15, Жир-13, Угл-77, А-81, Е-1, Са-278, Mg-72, Fe-3	33-96

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Мотовилова А.Н.

Директор

О.А. Мотовилова

Пижманская школа (Школа 2021-2022)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
50	Булочка Ласка	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Е-1, Са-6, Mg-5	13-2
200	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	кКал-219, Бел-6, Жир-6, Угл-34, А-40, С-1, Е-1, Са-136, Mg-32, Fe-1	16-62
<i>Крупа ячневая, Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в што улак, Сахар-песок, Соль, йодированная с повышенным содержанием натрия, Масло сливочное обезжиренное</i>			
200	Какао с молоком	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	15-97
<i>Какао-порошок обезжиренный ДН, Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в што улак, Сахар-песок</i>			
Итого за Завтрак			45-79
<u>Обед</u>			
60	Винегрет овощной	кКал-78, Бел-1, Жир-6, Угл-4, С-5, Е-1, Са-13, Mg-11	13-98
<i>Картофель, Свекла, Морковь, Огурцы консервированные, Капуста квашеная, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДН</i>			
200	Суп картофельный с макаронными изделиями	кКал-95, Бел-4, Жир-3, Угл-13, А-4, С-6, Е-2, Са-19, Mg-13, Fe-1	9-37
<i>Макаронны гр.А, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДН, Соль йодированная с повышенным содержанием натрия, Масло подсолнечное 1 категории туника</i>			
80	Рыба, тушеная с овощами	кКал-122, Бел-12, Жир-6, Угл-5, С-1, Са-41, Fe-1	41-05
<i>Рыба свежемороженая ФНП, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДН, Сахар-песок, Соль, йодированная с повышенным содержанием натрия</i>			
150	Картофельное пюре	кКал-180, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-49, Mg-40, Fe-1	25-66
<i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в што улак, Соль, йодированная с повышенным содержанием натрия, Масло сливочное обезжиренное</i>			
200	Чай с сахаром	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97
<i>Чай черный, Сахар-песок</i>			
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28
Итого за Обед			97-49
Итого за			143-28
<i>кКал-752, Бел-27, Жир-22, Угл-112, А-45, С-44, Е-4, Са-159, Mg-102, Fe-6</i>			
<i>кКал-1 283, Бел-40, Жир-35, Угл-201, А-105, С-53, Е-6, Са-444, Mg-154, Fe-7</i>			

Пижманская школа (Школа 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
50	Булочка Ласка	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Е-1, Са-6, Mg-5	13-2
200	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	кКал-219, Бел-6, Жир-6, Угл-34, А-40, С-1, Е-1, Са-136, Mg-32, Fe-1	16-62
<i>Крупа ячневая, Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в што улак, Сахар-песок, Соль, йодированная с повышенным содержанием натрия, Масло сливочное обезжиренное</i>			
200	Какао с молоком	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	15-97
<i>Какао-порошок обезжиренный ДН, Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в што улак, Сахар-песок</i>			
Итого за Завтрак			45-79
Итого за			45-79
<i>кКал-531, Бел-13, Жир-13, Угл-89, А-60, С-9, Е-2, Са-285, Mg-52, Fe-1</i>			
<i>кКал-531, Бел-13, Жир-13, Угл-89, А-60, С-9, Е-2, Са-285, Mg-52, Fe-1</i>			

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Мотовилова А.П.

Директор

О.А.Мотовилова

Пижманская школа (Интернат 2021-2022)

Выход (г)	Наименование блюда	нп. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
50	Булочка Ласка	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Е-1, Са-6, Mg-5	13-2
200	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	кКал-219, Бел-6, Жир-6, Угл-34, А-40, С-1, Е-1, Са-136, Mg-32, Fe-1	16-62
<i>Крупа ячневая, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип упаковке, Сахар-песок, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>			
200	Какао с молоком	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	15-97
<i>Какао-порошок обогащенный ДШ, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип упаковке, Сахар-песок</i>			
Итого за Завтрак			45-79
<u>Обед</u>			
60	Винегрет овощной	кКал-78, Бел-1, Жир-6, Угл-4, С-5, Е-1, Са-13, Mg-11	13-98
<i>Картофель, Свекла, Морковь, Огурцы консервированные, Киндза кобани, Лук репчатый, Масло подсолнечное Ш</i>			
200	Суп картофельный с макаронными изделиями	кКал-95, Бел-4, Жир-3, Угл-13, А-4, С-6, Е-2, Са-19, Mg-13, Fe-1	9-37
<i>Макаронные изделия, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДШ, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Мясной фарш, брокколи 1 категории тушка</i>			
80	Рыба, тушеная с овощами	кКал-122, Бел-12, Жир-6, Угл-5, С-1, Са-41, Fe-1	41-05
<i>Рыба свежемороженая ФНД, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДШ, Сахар-песок, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>			
150	Картофельное пюре	кКал-180, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-49, Mg-40, Fe-1	25-66
<i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип упаковке, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>			
200	Чай с сахаром	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97
<i>Чай черный, Сахар-песок</i>			
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28
Итого за Обед			97-49
<u>Полдник</u>			
50	Булочное изделие Калейдоскоп	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Е-1, Са-6, Mg-5	13-2
Итого за Полдник			13-2
<u>Ужин</u>			
200	Пельмени н/ф готовый	кКал-517, Бел-20, Жир-36, Угл-30, А-54, Са-57, Mg-31, Fe-3	97-45
<i>пельмени, Сметана 15%, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>			
200	Чай с лимоном	кКал-64, Бел-63, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	6-85
<i>Чай черный, Сахар-песок, Лимон</i>			
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28
Итого за Ужин			108-76
<u>Полдник2</u>			
200	Йогурт славянский жирн. 2,5%	кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	32-34
Итого за Полдник2			32-34
Итого за			297-58
<i>кКал-2 418, Бел-139, Жир-81, Угл-346, А-160, С-58, Е-8, Са-546, Mg-229, Fe-13</i>			

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Мотовилова А.П.

Директор

О.А.Мотовилова

Пижманская школа (Школа 2021-2022)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
40	Хлеб с маслом 30/10 <i>Хлеб пшеничный, Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15, А-59, Са-8, Mg-10, Fe-1	13-48
40	Яйцо отварное	кКал-63, Бел-5, Жир-5, А-100, Са-22, Mg-5, Fe-1	14-85
200	Суп молочный с лапшой <i>Молоко ультрапастеризованное обогатненное в шю упак, Макароны гр А, Масло сливочное обогатненное, Сахар-песок, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-121, Бел-4, Жир-4, Угл-16, А-24, С-1, Са-108, Mg-14	14-44
200	Чай с лимоном <i>Чай черный, Сахар-песок, Лимоны</i>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	6-85
Итого за Завтрак		кКал-393, Бел-74, Жир-18, Угл-46, А-184, С-4, Са-155, Mg-36, Fe-3	49-62
<u>Обед</u>			
60	Салат из свеклы с сыром <i>Свекла, Сыр п-твердый остеклый, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-141, Бел-3, Жир-13, Угл-4, С-4, Е-4, Са-115, Mg-13, Fe-1	19-12
200	Суп картофельный с сыром <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное обогатненное, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Сыр п-твердый остеклый, Мясо цыплят-бройлеров I категории тушка</i>	кКал-123, Бел-6, Жир-6, Угл-12, А-15, С-15, Са-89, Mg-29, Fe-1	24-04
200	Плов из мяса кур <i>Груока цыплят-бройлеров I категории замороженное, Лук репчатый, Морковь, Крупа рисовая, Масло подсолнечное ДП, Томат-паста, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-259, Бел-14, Жир-12, Угл-24, А-25, С-3, Е-1, Са-19, Mg-32, Fe-1	43-43
200	Компот из яблок с клюквой <i>Яблоки, Клюква с м, Сахар-песок</i>	кКал-76, Угл-18, С-1, Са-19, Mg-8	7-24
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28
Итого за Обед		кКал-815, Бел-29, Жир-32, Угл-103, А-40, С-23, Е-6, Са-264, Mg-114, Fe-5	98-29
Итого за		кКал-1 208, Бел-103, Жир-50, Угл-149, А-224, С-27, Е-6, Са-419, Mg-150, Fe-8	147-91

Пижманская школа (Школа 7-11лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
200	Чай с лимоном <i>Чай черный, Сахар-песок, Лимоны</i>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	6-85
60	Винегрет овощной <i>Картофель, Свекла, Морковь, Огурцы консервированные, Капуста квашеная, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-78, Бел-1, Жир-6, Угл-4, С-5, Fe-1, Са-13, Mg-11	13-98
150	Плов из мяса кур <i>Груока цыплят-бройлеров I категории замороженное, Лук репчатый, Морковь, Крупа рисовая, Масло подсолнечное ДП, Томат-паста, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-194, Бел-10, Жир-9, Угл-18, А-18, С-2, Е-1, Са-14, Mg-24, Fe-1	32-57
30	Хлеб пшеничный	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	2-61
Итого за Завтрак		кКал-532, Бел-81, Жир-16, Угл-77, А-19, С-10, Е-3, Са-63, Mg-70, Fe-4	56-01
Итого за		кКал-532, Бел-81, Жир-16, Угл-77, А-19, С-10, Е-3, Са-63, Mg-70, Fe-4	56-01

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Мотовилова А.Н.

Директор

О.А.Мотовилова

Пижманская школа (Интернат 2021-2022)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
40	Хлеб с маслом 30/10 <i>Хлеб пшеничный. Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15, А-59, Са-8, Mg-10, Fe-1	13-48
40	Яйцо отварное	кКал-63, Бел-5, Жир-5, А-100, Са-22, Mg-5, Fe-1	14-85
200	Суп молочный с лапшой <i>Молоко ультрапастеризованное обогащенное и иониз. Макароны гр.А. Масло сливочное обогащенное, Сахар-песок, Соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-121, Бел-4, Жир-4, Угл-16, А-24, С-1, Са-108, Mg-14	14-44
200	Чай с лимоном <i>Чай черный, Сахар-песок, Лимон</i>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	6-85
Итого за Завтрак		кКал-393, Бел-74, Жир-18, Угл-46, А-184, С-4, Са-155, Mg-36, Fe-3	49-62
<u>Обед</u>			
60	Салат из свеклы с сыром <i>Свекла, Сыр п-тварный детский, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-141, Бел-3, Жир-13, Угл-4, С-4, Е-4, Са-115, Mg-13, Fe-1	19-12
200	Суп картофельный с сыром <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная с повышенным содержанием натрия, Сыр п-тварный детский, Масло сливочное ДП, Сахар-песок</i>	кКал-123, Бел-6, Жир-6, Угл-12, А-15, С-15, Са-89, Mg-29, Fe-1	24-04
200	Плов из мяса кур <i>Грубка мякоть-бройлеров 1 категории замороженное, Лук репчатый, Морковь, Крупа рисовая, Масло подсолнечное ДП, Томат-паста, Соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-259, Бел-14, Жир-12, Угл-24, А-25, С-3, Е-1, Са-19, Mg-32, Fe-1	43-43
200	Компот из яблок с клюквой <i>Яблоки, Клюква с л, Сахар-песок</i>	кКал-76, Угл-18, С-1, Са-19, Mg-8	7-24
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28
Итого за Обед		кКал-815, Бел-29, Жир-32, Угл-103, А-40, С-23, Е-6, Са-264, Mg-114, Fe-5	98-29
Итого за		кКал-1208, Бел-103, Жир-50, Угл-149, А-224, С-27, Е-6, Са-419, Mg-150, Fe-8	147-91

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами _____ Моговилова А.Н.

Директор _____ О.А.Моговилова